



## SUPPORT GROUPS

### Mom's Support Group:

An in-person support group, held every 2nd Thursday, offer mothers a welcoming, judgment-free environment where they can openly share experiences, challenges, and joys!

### Grandparent's Raising Grandchildren Support in Spanish:

Join us every other Wednesday as we make space to connect, learn from & grow with other Grandparents like you!

### Yoga Peer Support Group:

Meets every 1st & 3rd Saturday. Come unwind with calming yoga, connect with peers, and strengthen your mind & body!

### \*Starting in March\* Dad's Group:

Meet on the 1<sup>st</sup> Sunday of every month  
A space to relax, share experiences and build connections with other dads!



### A safe space for LGBTQ youth ages 13 to 24 years old.

HOC is youth lead and directed with a focus on youth development and living healthy, safe lives. Join us Monday - Thursday from 1pm - 5pm for drop-in hours!

## FAMILY NIGHT

Join us once a month for a family night focused on the fun of science, math, technology and engineering!  
Dinners on us!



299-301 Main St.

Holyoke MA 01040

413-532-9300

Free resources, support and events for the whole family!

**\*\*Call to set up an appointment or register for a workshop\*\***

### OUR SCHEDULE:

Monday 9:00am - 7:00pm

Tuesday 9:00am - 5:00pm

Wednesday 9:00am - 7:00pm

Thursday 9:00am - 7:00pm

Friday 9:00am - 5:00pm

every other Saturday 10:00am - 12:00pm



Scan QR code above for direct access to our facebook page!



**\*\*Refreshments & Childcare Provided\*\***

## PARENTING GROUPS

### Nurturing Fathers Program:

A 15-week program for Fathers to developing parenting & nurturing skills that will positively impact the family

### Active Parenting Group:

An 8-week program focused on the relationship between coparents to reduce conflict & create cohesive understanding

### Mother's Parenting Journey:

An 8 week program designed to help increase self-care practices, raise awareness & strengthen parenting styles

Referrals for programming & services can be sent to [referral@enlacedefamilias.org](mailto:referral@enlacedefamilias.org)

## LIFE SKILLS WORKSHOPS

### Cooking Classes:

One class a month that focuses on meals on a budget & healthy eating!

### English Classes:

In partnership with HCC, we offer 2 classes a week for program participants!

### Housing Application Workshops:

Three sessions a month focused on supporting individuals in completing & submitting applications!



**If you are in need of any after hours or weekend support, please let us know and we can book an appointment with you!**



# AGOSTO

2020



| SUN                                | MON                                                                | TUE                                            | WED                                                                        | THU                                                | FRI                                                                | SAT                                            |
|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
|                                    |                                                                    |                                                |                                                                            |                                                    |                                                                    | 1<br>GRUPO DE APOYO<br>ENTRE PARES DE<br>YOGA  |
| 2<br>GRUPO DE<br>PADRES<br>10-12PM | 3<br>10AM RAFT<br>SESIÓN<br>INFORMATIVA                            | 4                                              | 5 TALLER DE<br>VIVIENDA<br>CLASE DE COCINA<br>PROGRAMA PARA<br>PADRES NFP  | 6 TALLER<br>CREATIVO PARA<br>JÓVENES<br>2-4PM      | 7                                                                  | 8                                              |
| 9                                  | 10                                                                 | 11 REUNIÓN DE<br>APOYO PARA<br>JÓVENES<br>11AM | 12<br>PROGRAMA PARA<br>PADRES NFP                                          | 13<br>GRUPO DE MAMÁS                               | 14<br>630PM EVENTO<br>DE REGISTRO DE<br>VOTANTES<br>VERANO BBQ TBD | 15<br>GRUPO DE APOYO<br>ENTRE PARES DE<br>YOGA |
| 16                                 | 17 10AM RAFT<br>SESIÓN<br>TALLER<br>CREATIVO PARA<br>JÓVENES 2-4PM | 18<br>TALLER DE<br>VIVIENDA                    | 19 TALLER<br>CREATIVO PARA<br>JÓVENES 2-4PM<br>PROGRAMA PARA<br>PADRES NFP | 20<br>TALLER DE<br>VIVIENDA                        | 21                                                                 | 22                                             |
| 23                                 | 24 TALLER DE<br>VIVIENDA                                           | 25<br>CPR<br>CAPACITACIÓN<br>1-5PM             | 26 HPS REUNIÓN<br>ASISTENCIA<br>930AM<br>PROGRAMA PARA<br>PADRES NFP       | 27 GRUPO DE<br>PADRES DE<br>CRIANZA 6<br>ADOPTIVOS | 28<br>HORA DEL<br>CUENTO                                           | 29                                             |
| 30                                 | 31 10AM RAFT<br>SESIÓN                                             |                                                |                                                                            |                                                    |                                                                    |                                                |

**Enlace de Familias Centro de Recursos**  
**299 Main Street, Holyoke, MA 01040**  
**Teléfono: 413-532-9300**

HORARIO DE OPERACIONES

- LUNES - MIÉRCOLES - JUEVES  
9AM - 7PM
- MARTES Y VIERNES  
9AM - 5PM
- 1<sup>ST</sup> & 3<sup>RD</sup> SÁBADO 10AM - 12PM

**Aviso: Las familias pueden ser atendidas fuera del horario establecido programando una cita con anticipación.**

**POR FAVOR, LLAME AL (413) 532-9300 PARA REGISTRARSE**

- NFP PADRES 530- 730PM
- APOYO PARA PADRES DE CRIANZA: 600 P. M - 800 P. M.
- TALLER SE VIVIENDA: 10AM - 12PM
- CLASE DE COCINA: 2PM - 4PM
- GRUPO DE MADRES: 100 PM - 230 PM
- GRUPO DE APOYO DE YOGA: 10AM - 11AM
- ESPAÑOL: 530 P. M - 730 P. M.

Para más información sobre la programación en la página posterior.





## GRUPOS DE APOYO

### Grupo de Apoyo para Madres:

Un grupo de apoyo presencial que se reúne el segundo jueves de cada mes. Ofrecemos a las madres un ambiente acogedor y libre de prejuicios donde pueden compartir abiertamente experiencias, retos y alegrías.

### Apoyo para Abuelos que Crían a sus Nietos (en español):

¡Únete a nosotros cada dos miércoles para conectar, aprender y crecer junto a otros abuelos como tú!

### Grupo de Apoyo de Yoga:

Nos reunimos el primer y tercer sábado de cada mes. Ven a relajarte con yoga, conecta con otros padres y fortalece tu mente y cuerpo.

### \*Comienza en marzo\* Grupo de Papás:

Se reúne el primer domingo de cada mes.

¡Un espacio para relajarse, compartir experiencias y conectar con otros papás!



### Un espacio seguro para jóvenes LGBTQ de 13 a 24 años:

HOC está dirigido por jóvenes y se centra en su desarrollo y en una vida sana y segura. ¡Únete a nosotros de lunes a jueves de 1:00pm - 5:00pm en el horario de atención sin cita previa!

## NOCHE FAMILIAR

¡Únete a nosotros una vez al mes para una noche familiar centrada en la diversión de la ciencia, las matemáticas, la tecnología y la ingeniería! ¡La cena corre por nuestra cuenta!



299-301 Main St.

Holyoke MA 01040

413-532-9300

Recursos, apoyo y eventos gratuitos para toda la familia.

**\*\*Llame para concertar una cita o inscribirse en un taller.\*\***

### OUR SCHEDULE:

Lunes 9:00am - 7:00pm

Martes 9:00am - 5:00pm

Miércoles 9:00am - 7:00pm

Jueves 9:00am - 7:00pm

Viernes 9:00am - 5:00pm

cada dos Sábado 10:00am - 12:00pm



¡Escanee el código QR de arriba para acceder directamente a nuestra página de Facebook!



**\*\*Se ofrecen refrigerios y servicio de guardería\*\***

## GRUPOS DE PADRES

### Programa para Padres Responsables:

Un programa de 15 semanas para que los padres desarrollen habilidades de crianza y cuidado que impactarán positivamente a la familia.

### Grupo de Crianza Activa:

Un programa de 8 semanas enfocado en la relación entre padres separados para reducir conflictos y crear una comprensión mutua.

### Camino de la Madre hacia la Crianza:

Un programa de 8 semanas diseñado para ayudar a incrementar las prácticas de autocuidado, aumentar la conciencia y fortalecer los estilos de crianza.

Las referencias para programas y servicios se pueden enviar a [referral@enlacedefamilias.org](mailto:referral@enlacedefamilias.org)

## TALLERES DE HABILIDADES PARA LA VIDA



### Clases de cocina:

¡Una clase al mes enfocada en comidas económicas y alimentación saludable!

### Clases de inglés:

En colaboración con HCC, ofrecemos dos clases semanales para los participantes del programa.

### Talleres de solicitud de vivienda:

¡Tres sesiones al mes para ayudar a las personas a completar y presentar sus solicitudes de vivienda!

**Si necesita ayuda fuera del horario laboral o durante el fin de semana, ¡háganoslo saber y podremos concertar una cita con usted!**